

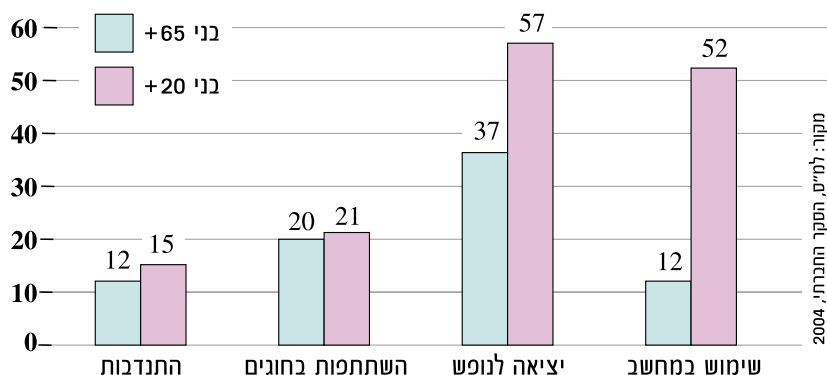
לא על הלחם לבדו

התנדבות, השתתפות בחוגים ויציאה לנופש הם חלק חשוב מרכיבי שעות הפנאי של זקנים. מי מתנדב יותר מסי? מי מעדיף נופש על עבודה ועד כמה פעילות פנאי חשובה להזדקנות טובה? כל מה שרציתם לדעת על דפוסי הפנאי של קשישים בישראל

שמואל באר

כוללת מתן תרומות ועזרה לבן משפחה או לחבר. שיעור ההתנדבות בקרב הקשישים עומד על 12%. שיעור זה נמוך רק במקצת מהשיעור המקביל בכלל האוכלוסייה שהוא 15%. הקשישים הצעירים (בני 65-74) נוטים יותר להתנדב מהקשישים המבוגרים (14% לעומת 9%). מהנתונים מתברר גם כי שיעור ההתנדבות בקרב הגברים בכל קבוצות הגיל גבוה מהשיעור הזה בקרב הנשים, ואצל הקשישים ההבדל הזה בולט במיוחד: 15% לעומת 9%.

פעילויות פנאי נבחרות בקרב בני 65+ ובני 20+ (באחוזים)



בכחינת דפוסי ההתנדבות עולה כי הקשישים נוטים להתנדב יותר שעות מאשר מתנדבים צעירים יותר. למעלה ממחצית המתנדבים הקשישים (54%) מתנדבים לפחות 10 שעות בחודש, בהשוואה לכשליש (36%) מכלל המתנדבים באוכלוסייה. אחוז הקשישים המתנדבים 20 שעות חודשיות ויותר כפול מהאחוז בכלל האוכלוסייה: 39% לעומת 19%.

שלושים ושבעה אחוזים מהמתנדבים הקשישים פועלים במסגרת פרטית, כמחצית (48%) - במסגרת ארגונית ו-15% עוסקים בהתנדבות הן במסגרת ארגונית והן במסגרת פרטית. אין הבדלים משמעותיים לגבי מסגרת ההתנדבות בין הקשישים לכלל האוכלוסייה.

בעשורים האחרונים אנו עדים לשתי תופעות: גידול משמעותי בתוחלת החיים בארץ הן בלידה והן בגילים מבוגרים. לפי השנתון הסטטיסטי "קשישים בישראל" של שנת 2005, עלתה תוחלת החיים (בלידה) בשלושים השנים האחרונות (1975-2003) בשמונה שנים: מ-70 ל-78 אצל הגברים ומ-74 ל-82 אצל הנשים. במקביל, עלתה תוחלת החיים של הקשישים עצמם. אישה שהגיעה לגיל 65 יכולה לצפות היום לחיות עד גיל 84 וגבר שהגיע לגיל זה צפוי לחיות עד גיל 82 בממוצע.

תופעה נוספת שאנו עדים לה היא הירידה בהשתתפות הקשישים בכוח העבודה. לפני כ-35 שנה (1970) כ-20% מהקשישים השתייכו לכוח העבודה, ואילו היום (2004) שיעור זה ירד במחצית ועומד על 10%.

השילוב של שתי תופעות אלה, יחד עם מגמות חברתיות נוספות, מדגיש את חשיבות פעילות הפנאי במיוחד בעבור האוכלוסייה הקשישה. לפי ד"ר נורית וינבלט, ראש החוג לריפוי בעיסוק באוניברסיטת תל אביב, הגדרה מסכמת וממצה של פנאי היא: "הזמן העומד לרשות האדם כשהוא פנוי מעבודה ומפעולות אחרות הנדרשות לצורכי קיום, הוא מלווה בתחושת חופש וקשור לערכי תרבות". מאמר זה מתמקד בארבעה רכיבי פנאי: התנדבות, השתתפות בחוגים, יציאה לנופש ושימוש במחשב. מקור הנתונים הוא הסקר החברתי של הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה לשנת 2004 המתייחס לבני 20 ומעלה. הנתונים אפשרו השוואה בין הקשישים לבין כלל האוכלוסייה (מונח המתייחס במאמר זה לבני 20+) ובין קבוצות גיל צעירות יותר. השוואה זו עשויה ללמד על המאפיינים הייחודיים של הקשישים. כמו כן, ניתן באמצעות הנתונים לבדוק את דפוסי הפנאי של קבוצות שונות בקרב האוכלוסייה הקשישה.

התנדבות

השאלה שנבדקה בסקר לגבי פעילות התנדבותית מתייחסת לשלושת החודשים שקדמו לריאיון ואינה

השתתפות בחוגים

אחד מכל חמישה קשישים השתתף בחוגים בשנה שקדמה לריאיון, ביניהם ספורט, מחשבים, שפות ומלאכת יד (אך לא השתלמות והכשרה מקצועית). שיעור המשתתפים בחוגים בקרב כלל האוכלוסייה כמעט זהה, ואין הבדל בין קבוצות הגיל. בניגוד לתחומי פנאי אחרים, יותר נשים קשישות משתתפות בחוגים (22%) מאשר גברים קשישים (16%). תופעה זו נמצאה בכל קבוצות הגיל. כפי שניתן אולי לצפות, הקשישים היותר מבוגרים (בני 75+ נוטים קצת פחות להשתתף בחוגים (17%), יחסית לקשישים הצעירים יותר (בני 65-74 - 22%).

הצעירים (בני 65-74). שיעור הגברים הקשישים שיצאו לנופש עמד על 42%, בהשוואה ל-33% מהנשים הקשישות.

דפוסי הנופש של הקשישים שונים במקצת מאלו של האוכלוסייה הכללית. מסתבר שהקשישים נוטים פחות לנופש בארץ (72% מהנופשים) מאשר האוכלוסייה הכללית (84%), ויותר לנופש בחו"ל (60% מהנופשים הקשישים לעומת חצי מכלל הנופשים). ארבעים אחוזים מהנופשים הקשישים נפשו בשנה האחרונה רק בארץ (50% באוכלוסייה הכללית). שיעור אלה שנפשו רק בחו"ל היה 28% (16% באוכלוסייה הכללית). כשליש מהקשישים ומכלל האוכלוסייה נפשו גם בארץ וגם בחו"ל.

מבין אלה שלא נפשו בשנה האחרונה, דיווחו כשליש מהקשישים (וחצי מכלל האוכלוסייה) שהם נפשו בארץ או בחו"ל בחמש השנים האחרונות. מביניהם, 73% מהקשישים ו-79% מכלל האוכלוסייה דיווחו שלא יכלו להרשות לעצמם יציאה לנופש מסיבות כלכליות.

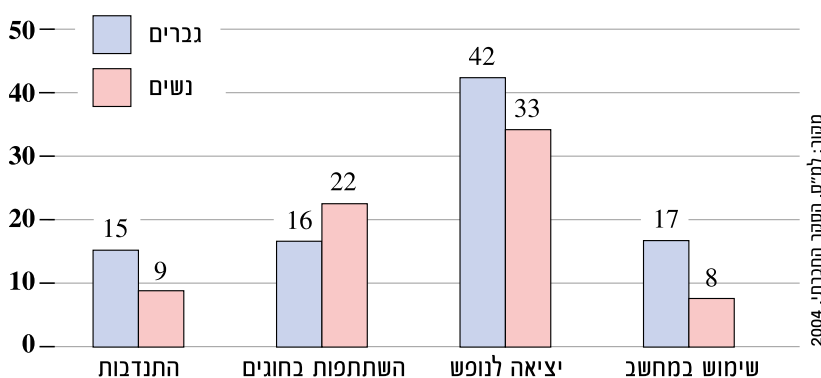
שימוש במחשב

אחד העיסוקים היותר נפוצים בשני העשורים האחרונים הוא השימוש במחשב, וזאת כמובן למטרות מגוונות. כמחצית (52%) האוכלוסייה הכללית שנבדקה בסקר השתמשה במחשב בחודש שקדם לריאיון. בנושא השימוש במחשב נמצאו הבדלים מאוד ברורים בין קבוצות הגיל: 69% מבני 20-34, 58% מבני 35-49, 42% מבני 50-64 ו"רק" 12% מבני 65+ (16% בקרב בני 65-74 ו-6% בקרב בני 75+) השתמשו במחשב. סביר מאוד להניח שעם השנים יגדלו שיעורי השימוש, וזאת בכל קבוצות הגיל.

מהנתונים עולה עוד כי גברים נוטים יותר מנשים להשתמש במחשב, וההבדל הזה גדל עם העלייה בגיל. בגיל הזיקנה (+65) שיעור המשתמשים במחשב בקרב הגברים הוא יותר מכפול מזה שבקרב הנשים: 17% לעומת 8%.

דפוסי השימוש במחשב מצביעים על השוני בין השימוש שעושים הקשישים לבין השימוש בקרב כלל האוכלוסייה. שוני זה נובע מהצרכים ומדפוסי החיים הדיפרנציאליים של קבוצות הגיל. בקרב המשתמשים במחשב, השימוש באינטרנט הוא השימוש הפופולרי ביותר (69% מהקשישים ו-81% מהאוכלוסייה הכללית); בעיקר איתור מידע (90% מהקשישים ו-94% מכלל האוכלוסייה), דואר אלקטרוני (83% ו-79%), קניות (23% ו-21%) וקבוצות דיון (16% ו-24%). שימושים נוספים במחשב הם: משחקים (41% ו-43%), עבודה (37% ו-64%) ולימודים (22% ו-35%). עובדה מעניינת

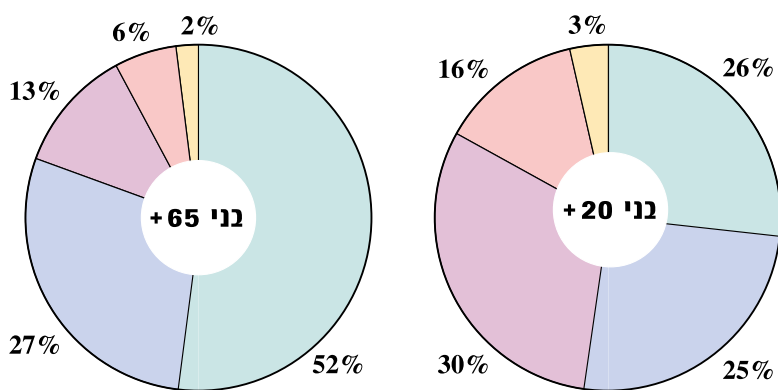
פעילויות פנאי נבחרות בקרבי בני 65+ לפי מין (באחוזים)



מקור: למיס, הסקר החברתי, 2004

מספר פעילויות הפנאי שבהן מעורבים בני 65+ ובני 20+ (באחוזים)

מתוך ארבע הפעולות: התנדבות, חוגים, נופש ושימוש במחשב



מקור: למיס, הסקר החברתי, 2004

נופש

בהשוואה לכלל האוכלוסייה, הקשישים יוצאים פחות לנופש - 57% לעומת 37% בהתאמה יצאו לנופש בשנה שקדמה לריאיון. גם כאן השיעורים בקרב הקשישים המבוגרים יותר (בני 75+) נמוכים יותר: 31% מהם נופשים, לעומת 41% מהקשישים

היא של-10% מהקשישים שהשתמשו במחשב בחודש האחרון אין מחשב בבית (השיעור בקרב כלל האוכלוסייה כמעט זהה).

דפוסי פעילות פנאי

מעבר לניתוח של כל תחום פנאי בנפרד, יש עניין להסתכל גם על המכלול, הבוחן במקביל את דפוסי הפנאי ביחס לכל ארבעת תחומי הפנאי שנבדקו: התנדבות, השתתפות בחוגים, יציאה לנופש ושימוש במחשב.

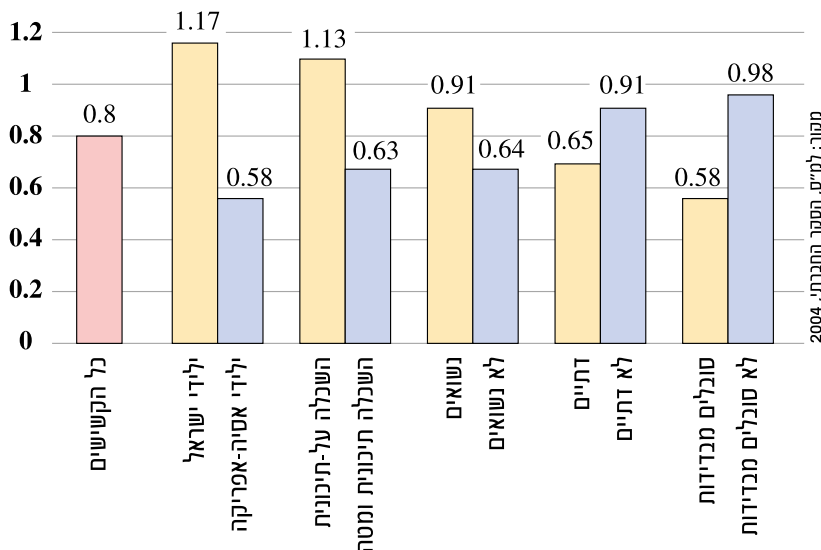
למעלה ממחצית הקשישים (52%) אינם עוסקים באף אחת מארבע הפעילויות שנזכרו. בקרב כלל האוכלוסייה עומד שיעור זה על מחצית מכך - 26%. הדפוס השני בשכיחותו בקרב הקשישים הוא יציאה לנופש בלבד (18%), ובקרב כלל האוכלוסייה הוא יציאה לנופש ושימוש במחשב (22%). הדפוס הבא לפי סדר השכיחותו אצל הקשישים הוא השתתפות בחוגים ויציאה לנופש (6%) ואצל כלל האוכלוסייה דפוס זה מתייחס לנופש בלבד (12%). נתון מעניין נוסף הוא שיעור העוסקים בכל ארבע הפעילויות שנזכרו: 2% מהקשישים ו-3% מכלל האוכלוסייה. בנוסף לבדיקת התוכן של פעילות הפנאי, מעניין לבדוק גם את היקפה, דהיינו בכמה פעילויות פנאי מעורבים המרואיינים. לשם כך נבנה מדד הבודק את המספר הממוצע של פעילויות הפנאי שעליהן דיווחו המרואיינים בסקר (0 - אף פעילות - עד 4 - כל הפעילויות). בפועל, הערכים המתקבלים למדד זה נעים בין 0.3 ל-1.7. למדד יש משמעות בעיקר בהקשר היחסי, כלומר בהשוואת מידת העיסוק בפעילויות פנאי בין קבוצות אוכלוסייה שונות, וזאת לגבי ארבע הפעילויות שבהן אנו דנים כאן.

מדד פעילות הפנאי של כלל האוכלוסייה עומד על 1.45. עם העלייה בגיל ניכרת ירידה בהיקף העיסוק בפעילויות פנאי: 1.68 בקרב בני 20-34, 1.55 בקרב בני 35-49, 1.40 בקרב בני 50-64 ו-0.80 בקרב בני 65+. במילים אחרות, מידת המעורבות של הקבוצה הצעירה ביותר בפעילויות פנאי היא יותר מכפולה ממידת המעורבות של קשישים בפעילות זו. כפי שראינו, ההבדל בין הקשישים לכלל האוכלוסייה נובע בעיקר מהבדלים במידת היציאה לנופש והשימוש במחשב. כאמור, בתחומי ההתנדבות וההשתתפות בחוגים כמעט שאין הבדלים ביניהם. אוכלוסיית הקשישים היא הטרוגנית ומורכבת מקבוצות הנבדלות ביניהן בשורה ארוכה של מאפיינים. וכך, גם בתחום הפנאי נמצאו הבדלים בין הקבוצות השונות: הקבוצה המעורבת יותר בפעילויות פנאי כוללת את הקשישים הצעירים (בני 65-74), הגברים, ילידי ישראל, בעלי השכלה על-תיכונית, נשואים, לא דתיים, קשישים התופסים

באופן חיובי את מצב בריאותם, קשישים שבאופן כללי יותר שבעי רצון מהחיים וקשישים שפחות סובלים מהרגשת בדידות. מנגד מצויה קבוצת הקשישים שפחות נוטים להיות מעורבים בפעילויות פנאי: יותר מבוגרים (בני 75+), נשים (פרט להשתתפות בחוגים שבהם מעורבותן יותר גבוהה), ילידי אסיה או אפריקה, בעלי השכלה תיכונית ומטה, לא נשואים, דתיים (פרט לתחום ההתנדבות שבו הם פעילים יותר), קשישים המעריכים באופן שלילי את מצב בריאותם, קשישים שבאופן כללי פחות שבעי רצון מהחיים וקשישים הסובלים מהרגשת בדידות.

מדד פעילות הפנאי נקרב קבוצות נחרות של קשישים

מספר ממוצע של פעילויות פנאי שעליהן דיווחו מאלה: התנדבות, השתתפות בחוגים, יציאה לנופש ושימוש במחשב



לפי ד"ר נורית וינבלט, עיסוקי הפנאי השונים הם השתקפות של תפיסות חברתיות וערכיות. דווקא בגלל ההטרוגניות של האוכלוסייה הקשישה על החברה להיות פתוחה, קשובה, סובלנית ולא שיפוטית כלפי דפוסי הפנאי של קבוצות שונות. כמו כן, יש לתת לגיטימציה לחיים מעוטי עיסוקים וכן לעיסוקים מסורתיים שאינם אופנתיים. יש לציין שהתמונה המתקבלת כאן מתייחסת רק לארבע פעילויות. יש לצפות שבעתיד יהיו בידינו נתונים מעודכנים גם על תחומי פנאי כמו קריאת ספרים, פעילות גופנית, בילויים מסוגים שונים ומרכיבי פנאי נוספים שלגביהם אין לנו נתונים שוטפים כיום. נתונים כאלה עשויים להתקבל מסקר ספציפי בנושא הפנאי או מסקר מיוחד לגבי האוכלוסייה הקשישה, כפי שכבר בוצעו בעבר בידי הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה.